

VOIMAA JA VERTAISTUKEA

Valokuvausryhmä kuntoutumisen tukena

Johanna Häyrynen ja Jaana Koskinen

Opinnäytetyö, kevät 2017

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Hoitotyön koulutusohjelma

Terveystenhoitaja (AMK)

TIIVISTELMÄ

Häyrynen, Johanna & Koskinen, Jaana. Voimaa ja vertaistukea. Valokuvausryhmä kuntoutumisen tukena. Sivuja 43, 3 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu Helsinki. Hoitotyön koulutusohjelma. Terveystieteiden tutkimus (AMK).

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa kolmen kerran valokuvaustyöpaja A-klinikan korvaushoitoklinikan asiakkaista koostuvalle naisryhmälle. Toiminta toteutettiin lokakuussa 2016 A-klinikan toimipisteessä Helsingissä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tarjota osallistujille uudenlaisia näkökulmia kuntoutumiseen sekä toimia työvälineenä korvaushoidon parissa työskenteleville päihdetyöntekijöille ja hoito-alan opiskelijoille.

Opinnäytetyö sisältää viitekehyksen toiminnallisen opinnäytetyön suunnitteluun ja toteutukseen ja koostuu ryhmätoiminnan suunnittelusta, voimauttavan valokuvan ja valokuvausterapian esittelyistä menetelminä sekä kuntoutumisen ja voimaannuttamisen teorioiden esittelyistä. Työhön on koottu myös muutamia näytteitä valokuvaus-työpajan aikana otetuista kuvista.

Opinnäytetyön tapaamiskertojen kuvauksissa ja pohdinta-osiossa kuvataan ja pohditaan ryhmän työskentelyä ja tuloksia. Tiedonkeruu perustuu havainnoinnin menetelmään sekä osallistujille toteutettuun palautekyselyyn.

Asiasanat: kuntoutuminen, vertaistuki, voimaantuminen, valokuvaterapia, ryhmätoiminta, voimauttava valokuvaus

ABSTRACT

Häyrynen, Johanna & Koskinen, Jaana. Strenght and Peer Support. Photography Workshop Helping With a Recovery. Pages 43, 3 appendices. Diaconia University of Applied Sciences Helsinki. Degree Programme in Nursing, Option in Health Care, Degree: Public Health Nurse.

The purpose of this thesis was to plan and implement a photograph workshop for a group of women, who were clients at A-klinikka drug substitution treatment. The meetings were held three times in October 2016.

The aim of the thesis was to present new perspectives for the participants on their recovery and also to construct a tool for professionals and students working with drug and alcohol abusers.

The thesis contains the frame of reference to plan and implement a functional thesis. It includes the planning of the group sessions based on therapeutic group work and peer support theories. Empowering photography and therapeutic photograph are methods that were used in planning of the group sessions and are presented in the thesis. The thesis also contains a few of the photographs taken by the participants. The outcome and results were drawn up based on the method of perception and on the feedback given by the participants.

As a result the participants were enthusiastic and took part in all the activities we provided. They didn't experience any immediate feelings of rehabilitation but they felt empowered by the photograph workshop. The contents of the group sessions and the outcomes of the sessions are described in detail in chapters describing the group meetings and in the reflection chapter.

Key words: Recovery, peer support, empowerment, phototherapy, group work, empowering photography.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 VALOKUVA KUNTOUTUMISEN TUkena	6
2.1 Voimauttava valokuva	7
2.2 Terapeuttinen valokuvaus	8
3 TOIMIVA RYHMÄ	9
3.1 Tavoitteellinen ryhmätoiminta	9
3.2 Vertaistuki kuntouttamisen keinona	10
4 OPINNÄYTETYÖN TOIMINTAYMPÄRISTÖ	12
5 TAPAAMISKERTOJEN KUVAUKSET	15
5.1 Ensimmäinen tapaaminen	15
5.2 Toinen tapaaminen	19
5.3 Kolmas tapaaminen	21
6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	29
7 POHDINTA	31
7.1 Suunnitteluvaiheen arviointi	31
7.2 Toteutusvaiheen arviointi	33
7.3 Opinnäytetyön yhteenveto	36
LÄHTEET	38
Liite 1. Suostumuskirje	41
Liite 2. Kutsukirje	42
Liite 3. Palautekysely	43

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme aihe syntyi, kun toinen meistä suoritti mielenterveys- ja päihdetyön harjoittelun A-klinikkasäätiön korvaushoitoklinikalla keväällä 2016. Harjoittelun aikana ajatus erilaisten kuntouttavien menetelmien käytöstä klinikalla alkoi kiinnostaa, mutta kuukauden mittaisen harjoittelun aikana ei jäänyt tarpeeksi aikaa ideoida ja toteuttaa kokonaisuutta. Harjoittelun jälkeen pohdimme yhdessä, että tästä voisi syntyä mielenkiintoinen ja hyödyllinen opinnäytetyö.

Ajattelimme tehdä opinnäytetyönämme kuntoutumista tukevaa toimintaa päihdekuntoutujille ja yhteyshenkilöimme A-klinikalla hyväksyi alustavan suunnitelmamme. Keväällä 2016 aloitimme työmme varsinaisen suunnitteluprosessin. Syksyllä 2016 toteutimme kolmen kerran valokuvaustyöpajan pienryhmälle, joka koostui Helsingin A-klinikan kuntouttavan korvaushoidon asiakkaista. Kaikki osallistuneet olivat naisia, jotka olivat motivoituneita kuntoutumaan.

Opinnäytetyön tavoitteena oli löytää valokuvaus-työpajaan osallistujille mielenkiintoista tekemistä, joka toisi uudenlaisia näkökulmia kuntoutumiseen. Halusimme tutustuttaa osallistujat toisiinsa, jotta he voisivat tarjota toisilleen vertaistukea ja samalla oppia käsittelemään omaan kuntoutumistaan yhdessä. Tavoitteena oli käyttää valokuvausta apuna siinä, kuinka kuntoutuja näkee itsensä, ja auttaa osallistujia löytämään uusia voimavaroja omista vahvuuksistaan.

Opinnäytetyömme voi toimia työvälineenä kuntouttavan korvaushoidon parissa työskenteleville päihdetyöntekijöille ja hoitoalan opiskelijoille. Menetelmänä työssämme ovat ryhmäyttäminen, voimauttava valokuvaus, terapeutin valokuvaus, valokuvaterapia sekä vertaistuki kuntoutumisessa.

2 VALOKUVA KUNTOUTUMISEN TUKENA

Empowerment käännetään suomeksi sanoin voimaantuminen, sisäinen voimantunne ja voimavaraistuminen. Voimaantunut ihminen tietää, mikä hänelle on hyväksi. Voimantunne lisääntyy vuorovaikutuksessa ja tunteen lisääminen tuo lisää voimaa kasvuun ja uuden oppimiseen. Voimaantumisen prosessi on yksilöllistä ja sosiaalista. Yksilö tarvitsee tilaa ja oman arvon tunnistamista mutta voimaantumiseen tarvitaan myös aktiivista osallistumista ja yhteisöllisyyttä. Ryhmän jäsenten kokemusten jakaminen synnyttää yhteistä voimaa, joka tukee yksilön sisäistä prosessia. (Iija 2009, 105.) Opinnäytetyön voimaantumista tavoitteleva työote perustuu Iijan (2009, 105–106) esittelemään ajatteluun.

Iijan (2009, 105–106) mukaan voimaantuminen näkyy parempana itsetuntona ja kunnioituksena muita kohtaan. Ihminen voi löytää luovia keinoja ongelmiansa ratkaisemiseksi ja oppia ottamaan vastuuta itsestään ja omista teoistaan.

Voimaantumista voidaan tukea ulkoisia voimavaroja käyttämällä esimerkiksi turvautumalla vertaistukeen, luontoon, palveluihin ja työhön. Kun asiakas saa ulkoista tukea, hänen sisäiset voimavaransa voivat kasvaa ja tämä tukee selviytymistä. (Iija 2009, 115.)

Hankalassa elämäntilanteessa asiakkaan voi olla haastavaa nähdä tulevaisuutta, ainakaan niin, että asiat olisivat muuttuneet nykyisestä tilanteesta parempaan. Asiakkaan ohjaaminen tulevaisuuden tarinoiden ja unelmien pohtimiseen voimauttaa asiakasta. Asiakasta voi haastaa miettimään keinoja myönteiseen tulevaisuuteen. Keskeistä on keskittyä asiakkaan voimavaroihin ja vahvuuksiin enemmän kuin heikkouksiin. Käyttämällä keskusteluissa asiakkaan kanssa avoimia kysymyksiä mahdollistetaan asiakkaan oma pohdinta. Asiakas joutuu itse määrittelemään tavoitteitaan, voimavarojaan ja keinojaan. (Mannström-Mäkelä & Saukkola 2008, 57–59.)

Voimavarateoriat ovat tulleet hoitotyöhön lähinnä sosiologian alalta. Hoitotyön auttamistavoissa on muutenkin siirrytty asiantuntijakeskeisyydestä kumppanuutta ja vuorovaikutusta korostaviin malleihin. (Ilja 2009, 107–108.)

Voimavaralähtöisessä sosiaalityössä voimaantuminen, empowerment on määriteltä prosessiksi, jossa muun muassa yksilöitä ja ryhmiä autetaan löytämään ja käyttämään niitä välineitä, joita löytyy heistä itsestään ja ympäristöstään. (Kuronen 2004, 281.)

2.1 Voimauttava valokuva

Voimauttava valokuva on taide- ja sosiaalikasvattaja Miina Savolaisen kehittämä palkittu sosiaalipedagoginen menetelmä. Voimauttavan valokuvan menetelmässä valokuvaa voidaan käyttää turvallisesti terapeuttiseen identiteettityöhön ja vuorovaikutustaitojen parantamiseen perheessä, vertaisryhmässä, työyhteisössä tai ammattilaisen ja asiakkaan välillä. Menetelmässä toteutuvat voimautumisen käsitteen ehdot: itsemäärittelyn oikeus, valta-asetelmien purkaminen ja vastavuoroisuus. (Savolainen 2016.)

Voimauttavassa valokuvassa valokuvia ei käytetä asiakkaan arviointiin, eivätkä ammattilaiset tai diagnoosi määrittele sitä, missä asiakkaan olisi tarpeellista kehittyä. Valokuva ei itsessään ole terapeutin väline, ainoastaan tapa, jolla sitä käytetään, voi olla sitä. Menetelmää ei saa soveltaa ammatillisesti toiseen ihmiseen ilman läpikäytyä omaa prosessia ja täydennyskoulutusta. Keskeistä voimauttavassa ryhmäprosessissa on moniäänisyys ja periaate jokaisen ryhmän jäsenen näkyväksi tulemisesta itse määrittelemällä tavalla. Sen sijaan, että kuvaaja päättää, miten hän näkee kuvaamansa ihmisen, kuvassa oleva ihminen on päähenkilö, joka määrittelee, miten häntä saa katsoa. (Savolainen 2016.)

2.2 Terapeuttinen valokuvaus

Valokuvaterapia on väylä itsehavainnointiin, ymmärrykseen ja muutokseen. Se mahdollistaa terapeutin prosessin, jossa tunteet ja muistot ovat vahvasti läsnä. Valokuvien avulla asiakkaan on mahdollista oppia itsestään uutta ja muuttua. (Halkola 2009, 13.)

Terveysalan ammattihenkilöiden tekemä hoitava ja kuntouttava valokuvauksen käyttö on terapeutista valokuvaterapiaa. Valokuva soveltuu moninaiseen käyttöön. Valokuva toimii viestinnällisenä välineenä, eikä sen käyttö vaadi teknistä tai taiteellista osaamista. (Halkola 2012, 312.)

Terapeuttinen valokuvaus on itsetutkiskeluun ja kasvuun pyrkivää henkilökohtaista kuvatyöskentelyä. Yleensä lähdetään liikkeelle omaelämäkerrallisten valokuvien katselusta. Sen jälkeen perehdytään asiakkaan itseottamiin kuviin. Oppimisprosessissa saadut oivallukset ja otetut valokuvat jäävät muistoiksi tekijälle. Valokuvien prosessoinnille pitää olla riittävästi aikaa ja tilaa. Olennaista on myös luottamuksellinen vuorovaikutussuhde, sillä kuviin latautuu paljon merkityksiä ja tunteita. Valokuvaterapian yhteydessä pitää sopia käytettävien kuvien käytöstä ja arkistoinnista. Potilaalla on oikeus tietää, mitä tietoja hänestä kootaan, mihin tietoja kootaan, mihin tietoja käytetään ja mihin ne luovutetaan. (Halkola 2009, 16.)

3 TOIMIVA RYHMÄ

Ryhmällä tarkoitetaan sellaista ihmisjoukkoa, jolla on jokin yhteinen tavoite tai päämäärä. Ryhmän jäsenet ovat keskenään vuorovaikutuksessa ja kokevat kuuluvansa ryhmään. Tavoitteet voivat olla tarkkaan määriteltäviä tai vaihtuvia, vähemmän jäseneltyjä. Ryhmän toiminnan jatkuessa, ryhmälle muodostuu omat normit ja kulttuurinsa. Ryhmän jäsenillä on erilaisia rooleja ryhmässä ja sosiaalisia suhteita toisiinsa. (Laine 2005, 186.)

3.1 Tavoitteellinen ryhmätoiminta

Toiminnallisissa menetelmissä käytetään usein nelivaiheista rakennetta. Vaiheet ovat toimintaan virittäytyminen, toiminta, tunneilmaisu eli jakaminen ja loppukeskustelu. Virittäytymisvaiheessa luodaan turvallisuutta ja autetaan osallistujia viritäytymään sopivaan tilaan. Ryhmän jäsenet autetaan vuorovaikutukseen keskenään. Toimintaosuudessa tapahtuu jotain uutta yhdessä tekemistä. Toimintavaihetta seuraa tunneilmaisun vaihe. Vaiheessa kerrotaan omia kokemuksia toimintavaiheesta ja lopputuloksesta. Jakaminen tulee tapahtua niin, ettei kertojaa kritisoida eikä neuvota. Viimeisenä vaiheena on loppukeskustelu, jossa kaikkea yhdessä tehtyä, nähtyä ja koettua käsitellään keskustelemalla. Samalla mietitään uusia ratkaisukeinoja henkilön tilanteeseen. (Kopakkala 2005, 184–85.)

Ryhmäläiset on hyvä tutustuttaa toisiinsa ja toistensa taustaan. Toisten ryhmäläisten tunteminen luo ryhmään luottamusta ja turvallisuutta. Toimivassa ryhmässä jäsenet kannustavat toisiaan sekä välittävät ja pitävät huolta toisistaan. Ryhmässä kuunnellaan jäsenten ajatuksia ja mielipiteitä ja ryhmässä toimiminen voi tervehdyttää ja parantaa osallistujia. (Kyngäs yms. 2007, 106–107.)

Ryhmän ohjaajan tehtävänä on huolehtia siitä, että ryhmäläiset tietävät tavoitteensa ja osaavat työskennellä sitä kohti. Ohjaaja tukee ryhmäläisten oman ajattelun kehittymistä. Ohjaajan vastuulla on keskustella myös siitä, miten ryhmäläiset voivat siirtää oppimaansa jokapäiväiseen elämäänsä. Tavoitteeseen pääsemistä tukee se, että jokaisen tapaamiskerran jälkeen ryhmäläisiltä kysytään, mitä he kokevat oppineensa. (Kyngäs ym. 2007, 108–109.)

3.2 Vertaistuki kuntouttamisen keinona

Vertaissuhteilla tarkoitetaan jollakin tavalla samantapaisessa asemassa tai tilanteessa olevien ihmisten välisiä suhteita. (Laine 2005, 195). Vertaistuki on samassa elämäntilanteessa olevien motivoivaa yhteistoiminnallista ja kunnioittavaa yhteistoimintaa. Vertaistuki voi auttaa omien voimavarojen vahvistumisessa sekä elämäntapojen tarkastelussa. Vertaistukea on tärkeä kehittää tulevaisuudessa, sillä arjen jakaminen vertaisten kanssa voi olla terveyttä edistävää. (Kangasniemi, Mynttinen, Rytönen & Pietilä 2015, 15.)

Farris Kurtz toteaa, että mielenterveyskuntoutujille ja päihderiippuvaisille kuntoutusryhmät voivat olla merkittäviä vertaistuen lähteitä. Erilaisista riippuvuuksista kärsivät ihmiset ovat luopuneet tai menettäneet riippuvuuden seurauksena osallisuutensa ryhmissä, joihin ovat ennen kuuluneet, kuten perheessä, työssä ja sosiaalisissa ryhmissä. Riippuvuuden myötä heistä on tullut päihteitä käyttävien ryhmien jäseniä tai eivät ole osallisia missään ryhmässä. Osallistuminen kuntouttavaan ryhmään voi antaa näille ihmisille tunteen, että he ovat osa jotain sosiaalista ryhmää. (Farris Kurtz 2015, 75.)

Stock Whitaker (2001, 32) esittää, että ryhmän toiminnassa tärkeitä ovat yhteiset normit ja uskomukset. Yhteisillä normeilla ja uskomuksilla viitataan näkökulmiin, mielipiteisiin, asenteisiin ja todellisuuteen, jotka ryhmän sisällä ymmärretään totena. Ryhmän sisäinen näkemys todellisuudesta saattaa olla erilainen kuin ryhmän ulkopuolisten näkemys.

Kuntouttaminen on toimintaa, jonka avulla pyritään ehkäisemään sairauksiin, vammoihin ja sosiaaliseen syrjäytymiseen liittyviä ongelmia ja samalla edistämään ihmisten toimintakykyä. Kuntoutukselle on tyypillistä tavoitteellisuus. Tavoitteena on ihmisen tai ihmisryhmien parempi selviytyminen arjessa ja elämäntilanteen muutos. Tavoitteellisuuteen liittyy suunnitelmallisuus, jonka avulla kuvataan sitä, minkälaista muutosta nykytilanteeseen halutaan ja miten tavoitteisiin on mahdollista päästä. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 8–33.)

Kuntoutuminen merkitsee ihmisen muuttumista suhteessa minuuteensa, sosiaalisuuden rooleihinsa ja vuorovaikutukseensa. Se merkitsee myös ymmärrystä siitä, miten voi parantaa omaa hyvinvointiaan. Ihminen tulee tietoiseksi siitä, ettei riippuvuus ole vaikuttanut kaikkeen, ja oppii samalla uusia puolia itsestään. (Koskisu 2004, 68–69.) Päihdetyössä kuntouttavan lähestymistavan tavoitteena on tukea asiakkaan elämäntilannetta ja hänen omaa osallistumistaan hoidon ja kuntoutuksen toteutukseen (Suokas, Liias & Salo-Chydenius 2008, 136).

4 OPINNÄYTETYÖN TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Opinnäytetyö toteutettiin A-klinikan yksikössä Helsingissä lokakuussa 2016.

A-klinikkasäätiö on 1955 perustettu järjestö ja palveluntuottaja. A-klinikkasäätiön hoito- ja kuntoutuspalvelut, ehkäisevä päihdetyö ja asiantuntijapalvelut vähentävät päihdehaittoja ja muita psykososiaalisia ongelmia. A-klinikkasäätiö toimii alueellisesti, valtakunnallisesti ja kansainvälisesti. Korvaushoitoklinikat kuuluvat A-klinikan avohoitopalveluihin. Helsingissä A-klinikkasäätiö toteuttaa korvaushoitoa Helsingissä neljässä toimipisteessä. Hoitoon hakeudutaan oman kunnan terveys- ja sosiaalipalveluiden ohjaamana. (A-klinikkasäätiö 2016.)

Opinnäytetyön valokuvaus-työpajaan osallistuneet henkilöt olivat kaikki korvaushoidossa A-klinikalla. A-klinikka lupasi tilat meidän käyttöömme ja apua ryhmän jäsenten valinnassa. Mielestämme A-klinikan henkilökunnan oli ryhmätoiminnan onnistumisen ja opinnäytetyön eettisyyden kannalta parempi päättää se, ketkä ryhmään osallistuisivat. Henkilökunta tunsii asiakkaat hyvin ja tiesi meitä paremmin missä kuntoutumisen vaiheessa kukin on.

Korvaushoidossa olevat henkilöt kärsivät opiaattiriippuvuudesta. Opiaattiriippuvuus on krooninen ja uusiutuva häiriö, jonka hoidossa lääkkeellinen hoito on keskeisessä asemassa. Opiaattiriippuvuus on aivojen sairaus, jossa opiaattien pitkäaikainen käyttö aiheuttaa neurokemiallisia muutoksia aivoissa. Muutokset ylläpitävät huumeriippuvuutta ja laukaisevat toistuvan retkahtamisen. Riippuvuuteen kuuluvat sekä psyykkinen riippuvuus että siitä seuraava fyysinen riippuvuus. (Fabritius, Seppänen-Leiman, Ahokas, Kanerva & Koski-Jännes 2005, 4–5.)

Oopiumi on oopiumunikon maitiaisnestettä ja opiaatit ovat luonnon oopium-johdoksia, kuten morfiini ja kodeiini. Opiaatit voivat olla myös synteettisiä, morfiinin kaltaisesti vaikuttavia aineita. Opiaatit vaikuttavat mu-reseptorien kautta ja aiheuttavat muun muassa euforian tunnetta, hengityksen lamautumista, sedaatiota ja riippuvuutta. (Fabritius ym. 2005, 5.)

Säännöllinen käyttö johtaa sietokyvyn kasvuun, jolloin tarvitaan entistä suurempia annoksia saavuttamaan sama vaikutus kuin aikaisemmin. Vieroitusoireita voi ilmaantua säännöllisen käytön jälkeen jo muutaman tunnin päästä viimeisestä annoksesta ja oireet ovat pahimmillaan 2-3 vuorokauden jälkeen. Oireita ovat muun muassa kivut, kuume, vapina, kouristukset ja hikoilu. Opioidiriippuvuuden synnyttä suurin syy käyttää opioideja on ehkäistä vieroitusoireita, ei mielihyvän tavoittelu. (Tourunen & Pitkänen 2010, 150.)

Korvaushoito voidaan aloittaa sellaiselle potilaalle, joka ei ole vieroittunut opioideista muun hoidon avulla. Vieroitushoidon kesto on enintään yksi kuukausi ja sen tavoitteena on päihteettömyys. (A-klinikkasäätiö 2016.)

Lääkkeellistä korvaushoitoa toteutetaan buprenorfiinilla tai metadonilla. Buprenorfiini lievittää vieroitusoireita, vaimentaa aineenhimoa ja saa aikaan mielihyvää aiheuttavan vaikutuksen. Buprenorfiini vaikuttaa hitaasti ja sen vaikutus voi kestää jopa 24 tuntia. Buprenorfiini annostellaan korvaushoidossa yleensä liuskeena, jonka annetaan liueta suussa ja imeytyä suun limakalvon läpi. (Fabritius yms. 2005, 6.)

Opioidikorvaushoidossa estetään esimerkiksi heroiinin tai buprenorfiinin tai muiden opioidien pääsy keskushermoston opioidireseptoreihin antamalla potilaalle toista opioidia, buprenorfiinia tai metadonia, suun kautta. Korvaushoidossa annettava hoitoannos ei aiheuta päihtymystilaa mutta estää vieroitusoireita. Lääkkeiden avulla potilas kiinnitetään korvaushoitoon. (Tourunen & Pitkänen 2010, 153.)

Metadoni on yleisimmin käytetty korvaushoitolääke. Sen teho perustuu huumeiden himon vähentämiseen, huumeiden vieroitusoireiden vähentämiseen sekä heroiinin synnyttämän euforian estämiseen. Korvaushoidossa metadonia käytetään nestemäisessä muodossa ja annosteltaessa se sekoitetaan veteen tai mehuun. Annoksen suuruus on aina määriteltävä yksilöllisesti. Määrittäminen tapahtuu vieroitusoireiden, kliinisen tilan ja oheiskäytön määrää seuraamalla. Lääkitys voi aiheuttaa sivuvaikutuksia, kuten hikoilua, univaikeuksia ja keskittymiskyvyn laskua. (Fabritius ym. 2005, 8–9.)

Lääkkeellisen korvaushoidon ohella potilasta autetaan omahoitajakeskustelujen avulla löytämään voimavaroja, jotka tukevat huumeetonta elämää, esimerkiksi harrastukset, ihmissuhteet ja työ. Lisäksi tehdään oma selviytymissuunnitelma, jossa kartoitetaan keinoja muutoksen toteuttamiseen. (Fabritius ym. 2005, 42–43.)

Korvaushoidon tavoitteet määritellään yksilöllisesti. Kuntouttavan korvaushoidon tavoitteena on asiakkaan motivoituminen päihteettömyyteen. Haittoja vähentävässä hoito-ohjelmassa tavoitteena on huumeiden käytöstä aiheutuneiden haittojen vähentäminen ja syrjäytymisen ehkäisy. Kummassakin hoito-ohjelmassa on tavoitteena asiakkaan elämänlaadun paraneminen. (A-klinikkasäätiö 2016.)

Kuntoutus aloitetaan elämäntilanteen ja hoidon tarpeen kartoittamisella, ongelmien ja ratkaisuyritysten hahmottamisella ja jäsentämisellä sekä kuntoutussuunnitelman laatimisella. Kuntoutuksessa edetään hoitosuunnitelman mukaan. Kuntoutuksessa voi olla useita hoitovaiheita: katkaisuhoidon, kuntoutumisjakso ja asumispalveluja. Kuntoutumista tukee verkostoyhteistyö sosiaalityöntekijän omaisten ja klinikan omahoitajan kanssa. Yleisimmin hoito-ohjelmaan sisältyy myös ryhmätoimintaa ja vertaistukitoimintaa. Potilaiden kuntoa seurataan keskusteluiden lisäksi huumeeseulojen avulla, joilla pyritään saamaan muiden päihteiden käyttö jäämään pois. (A-klinikkasäätiö 2016.)

5 TAPAAMISKERTOJEN KUVAUKSET

5.1 Ensimmäinen tapaaminen

Suunnittelimme ensimmäisen tapaamisen lähteissä esitellyn toimivan ryhmän periaatteita noudattaen. Ryhmän toiminnan ehtona on, että ryhmän jäsenet sitoutuvat ryhmän toimintaan. Yhdessä jäsenten kanssa keskustelimme ryhmän pelisäännöistä, sovimme tapaamisajat ja paikan sekä tapaamisten teemat. Ryhmän periaatteisiin kuuluu myös luottamuksellisuuden ja vaitiolokäytäntöjen läpikäyminen yhdessä. Sovimme ryhmän jäsenten kanssa, että vaitiolovelvollisuus koskee meitä ohjaajia sekä ryhmän jäseniä. (Kanerva, Kuhanen, Oittinen & Schubert 2013, 115–116.)

Kolmas ryhmän periaatteista on yhteenkuuluvuuden tunteen vahvistaminen. Eri-tyisesti ryhmätoiminnan alussa ja lopussa yhteenkuuluvuuden tunteeseen kannattaa kiinnittää huomiota. Yhteenkuuluvuuden tunnetta lisää muun muassa ryhmän jäsenten tasapuolinen osallistuminen, yhteisten harjoitusten tekeminen ja palautteen pyytäminen ja antaminen. (Kanerva ym. 2013, 116.)

Ryhmän jäseniä oli ennakoon pyydetty tuomaan ensimmäiselle tapaamiskerralle kuva tai valokuvia, jotka kertoivat jotain hänestä itsestään. Kävimme jäsenten ja meidän tuomiamme kuvia yhdessä läpi niin, että jokainen sai esitellä valitsemansa kuvan ja kertoa muun muassa, kuka kuvan on ottanut, milloin ja missä, mitä kuvassa tapahtuu ja muistaako tuoja, kun kuva on otettu.

Pyysimme myös, että tuoja kertoisi, miksi oli halunnut tuoda juuri kyseisin kuvan ja mitä kuva tuojan mielestään kertoi hänestä.

Ensimmäiseen tapaamiseen tuli mukaan kolme naista, jotka kaikki ovat kuntouttavassa korvaushoidossa. Neljäs osallistuja oli poissa ensimmäisestä tapaamisesta mutta sovimme, että hän voi tulla mukaan toiseen tapaamiseen. Ryhmään kuuluu neljä naista, joista puhumme tekstissä henkilöinä A, B, C ja D. Henkilö D ei saapunut henkilökohtaisista syistä ensimmäiseen tapaamiseen, mutta oli ker-tonut A-klinikan henkilökunnalle haluavansa osallistua, joten päätimme, että hän voi tulla mukaan toisesta tapaamisesta alkaen.

Aloitimme tuokion esittelemällä itsemme ja kertomalla opinnäytetyöstämme. Osallistujat palauttivat ennakkoon täyttämänsä suostumuskaavakkeet ja pu-huimme ryhmän säännöistä. Ryhmän jäsenet olivat saaneet etukäteen ryhmän tapaamisten aikataulun, jonka kertosimme vielä yhdessä. Sovimme, että kysy-myksiä saa esittää toisten kuvista mutta kysymyksiin ei ole pakko vastata. Ker-roimme, että teemme opinnäytetyömme niin, ettei ryhmän jäsenten nimiä jul-kaista missään. Yksi ryhmän jäsenistä piti tätä tietoa erityisen tärkeänä. Ryhmän jäsenet odottivat toiminnan alkamista ja halusivat päästä kertomaan omista ku-vistaan. Osalla oli kuvat esillä jo tapaamisen alkaessa.

Toimme ensimmäiseen tapaamiseen mukaan muutamia valokuvia, jotka kertovat meistä jotain. Jaana aloitti esittelemällä omat kuvansa. Kuvat avasivat hyvin keskustelua ja ryhmän osallistujat kyselivät lisäkysymyksiä kuvista. Molem-mat kuvat olivat elämän varrelta tärkeistä hetkistä. Henkilö C sanoi, että häntä harmittaa se, että osa elämän aikana otetuista valokuvista on hävinnyt lukuisissa muutoissa ja epäsäännöllisen elämän myötä. Hän sanoi, että elämän on joutunut aloittamaan alusta niin monta kertaa, että omaisuutta ja tavaroita on hävinnyt matkan varrella.

Seuraavaksi kuviaan esitteli henkilö A. Ensimmäinen kuva oli hänen itsensä otama omakuva, jossa kuvaan on tallentunut kasvot kahdessa asennossa. Kuva on otettu pitkällä valotusajalla, jolloin filmille on tallentunut kaksi eri kuvaa päällekkäin. Henkilö A kertoi, että kuvanottohetkellä hän oli elänyt kaksoiselämää; huumeiden käyttäjän ja työssäkäyvän ihmisen elämää yhtäaikaaisesti. Kuva oli teknisesti hieno ja henkilö A kertoikin olleensa kiinnostunut valokuvauksesta nuorena.

Ryhmän jäsenet samaistuivat kuvan tunnelmaan ja henkilö A:n tarinaan kaksoiselämästä. Tarina rönkyi kuvan tarinasta laajemminkin henkilö A:n elämäntarinaa ja ihmissuhteisiin. Muut ryhmän jäsenet myötäilivät kerrontaa ja kysyivät lisäkysymyksiä.

Muut kolme kuvaa olivat kuvia henkilö A:n lemmikkikoirista. Hän kertoi tuoneensa mieluummin kuvia koiristaan kuin kolmesta miehestään. Tämä siksi, koska koki viettäneensä aikaa enemmän lemmikkiensä kuin miestensä kanssa. Kukin miehistä oli ollut pitkiä aikoja vankilassa huumausainerikoksista. Kysyttäessä miksi hän oli valinnut juuri nämä kuvat, henkilö A kertoi löytäneensä monia sellaisia kuvia, jotka muistuttivat häntä huumeidenkäytön hetkistä. Hän kertoi tietoisesti vältelleensä tuomasta sellaisia kuvia tähän tapaamiseen.

Henkilö B toi mukaan yhden kuvan, jossa hän on miehensä kanssa sylissä. Kuvassa pari on onnellisen ja iloisen oloinen. Kuva on otettu kesällä 2016, kun mies on vapaapäivällä vankilasta. Kuvan kautta henkilö B avasi heidän parisuhteensa taustoja ja kävi ilmi, että mies on toistuvasti pahoinpidellyt henkilö B:tä ennen vankilatuomiotaan. Kaikesta tästä huolimatta pari on vielä yhdessä ja molemmat käyvät yksilö- ja pariterapiassa. Henkilö B kertoi, että luottaminen ei kuitenkaan ole ollut helppoa.

Kuva herätti paljon tunteita ryhmäläisissä. Kaksi muuta ryhmän jäsentä kannusti henkilö B:tä huolehtimaan itsestään, jos mies osoittaa väkivaltaisuuden merkkejä jatkossa. Henkilö B oli vakuuttunut, että mies on muuttunut vankilassa ja että tulevaisuus on valoisa, varsinkin kun he molemmat ovat nyt raittiina. Henkilö A huomautti, että tilanne voi vielä muuttua erilaiseksi miehen vapauduttua vankilasta.

Henkilö C kiinnitti huomiota siihen, että ryhmän jäsenet olivat kiinnittäneet huomiota vain kielteisiin asioihin henkilö B:n tilanteessa ja hän halusi painottaa sitä, että ennen kaikkea he kannustivat muutoksen jatkamisessa ja kehottivat luottamaan omaan tunteeseensa.

Henkilö C oli tuonut mukanaan paljon valokuvia hänelle tärkeistä ihmisistä ja kuvia hänestä menneiltä vuosilta. Kehotimme häntä valitsemaan kaksi kuvaa mutta hän kertoi, että koki valitsemisen vaikeaksi. Hän kuitenkin valitsi kolme kuvaa, joista halusi muille kertoa. Ensimmäinen kuva oli hänestä 18-vuotiaana tyttönä. Kuvassa henkilö C nauraa kameralle ja kuvassa näkyy myös lemmikkikissa. Kuvan ottohetkeen liittyi henkilö C:n kertoman mukaan myös paljon epämiellyttäviä muistoja. Kuva liittyy aikaan jolloin henkilö C koki aloittaneensa huumeusaineiden aktiivisen käytön. Henkilö C kertoi poikaystävänsä olleen huumeidenkäyttäjä ja hänen oma käyttönsä alkoi poikaystävän vaikutuksesta.

Kaksi muuta valittua kuvaa olivat kuvat henkilö C:n pojista. Kuvat toivat henkilö C:lle paljon muistoja mieleen ajoista, jolloin pojat olivat syntyneet. Hän muisteli myös sitä, minkälaista kohtelua koki saaneensa synnytyslaitoksella. Ryhmän jäsenissä kuvat herättivät tunteita ja he kannustivat henkilö C:tä kertomaan lisää. Henkilö C oli porukan puheliain; hän puhui paljon itsestään, mutta myös kommentoi muiden kuvia.

Huomasimme, että tapaamista varten varaamamme kaksi tuntia alkoi täyttyä. Johanna esitteli oman kuvansa viimeisenä ja kertoi sen kautta itsestään. Kuva liittyi matkailuun ja aihe herätti paljon keskustelua. Ryhmän jäsenet kertoivat, että kukaan heistä ei ole matkustellut juuri ollenkaan tai ainakaan pitkään aikaan.

Lopuksi keskustelimme vielä lyhyesti seuraavasta tapaamiskerrasta ja sen sisäl- löstä. Herättelimme lopuksi keskustelua myös siitä, miltä ryhmän ensimmäinen tapaamiskerta oli tuntunut ja pyysimme ryhmän jäseniä antamaan ensimmäi- sestä tapaamiskerrasta palautetta.

5.2 Toinen tapaaminen

Toiseen tapaamiseen saapuivat henkilöt C ja D. Henkilö A oli ilmoittanut A-klini- kalle, ettei tule tapaamiseen. Syy jäi meille epäselväksi. Henkilö B oli kertonut A- klinikan henkilökunnalle, ettei halua osallistua kurssille, koska hänen tulevat opin- tonsa vievät liikaa aikaa. Henkilö C oli ainut henkilö, joka osallistui ensimmäiseen ja toiseen tapaamiseen. Henkilö D tuli mukaan toisesta tapaamisesta lähtien.

Aloitimme esittelemällä vielä itsemme ja opinnäytetyömme, koska henkilö D ei ollut ensimmäisellä tapaamisella. Kertasimme lyhyesti ensimmäisellä tapaami- sella sopimiamme ryhmän pelisääntöjä. Kysyimme henkilö C:ltä palautetta en- simmäisestä tapaamisesta ja jäikö hänelle mahdollisesti jotain kysyttävää. Hen- kilö C kertoi, että hänen mielestään olimme ryhmässä päässeet keskusteluissa yllättävän syvällisiin asioihin kuvien kautta ja ryhmän jäsenet olivat jääneet jutte- lemaan vielä tapaamisen jälkeenkin.

Henkilö D ei tuonut mukanaan omaa kuvaa, mutta pyysimme häntä kertomaan jotain itsestään. Hän kertoi muutamalla lauseella itsestään, muun muassa sen, että asui yksin eikä ollut parisuhteessa.

Alustuksena toiseen tapaamiseen ja valokuvaukseen teimme harjoitustehtävän, jossa jokainen valitsi pöydälle levitetyistä kuvista itselleen yhden. Pyysimme heitä valitsemaan kuvan, joka kuvasi heidän ajatuksiaan tuona kyseisenä aamuna, ku- van joka jollain tavalla puhutteli juuri sillä hetkellä. Myös me ohjaajat valitsimme kuvat.

Ryhmän jäsenillä ei kestänyt kauan kuvien valinnassa. Kumpikin jäsenistä valitsi kaksi kuvaa. Henkilö D kertoi valinneensa luontokuvan, koska pitää luonnosta ja haluaisi liikkua ulkona ja luonnossa enemmän. Ehdotimme hänelle, että hän voisi ottaa valokuvaustehtävää varten kuvia luonnossa. Toinen henkilö D:n valitsemista kuvista oli kuva sydäimestä, joita hän kertoi piirtävänsä usein esimerkiksi puhuessaan puhelimessa.

Henkilö C valitsi ensimmäiseksi kuvakseen kuvan syysomenoista, koska halusi lähteä miehensä mukana anoppinsa mökille. Mökillä on puutarha ja henkilö C:n mielikuvissa paljon ”terveellistä tekemistä”, kuten marjojen poimintaa ja hillojen tekemistä. Ymmärsimme henkilö C:n puheenvuorosta, että yksinkertaiset perusasiat ja elämäntaidot vaikuttivat hänestä houkuttelevilta. Toinen henkilö C:n valitsemista kuvista liittyi matkasuunnitelmiin. Henkilö C kertoi, että hän on miehensä kanssa säästänyt kaksi vuotta rahaa ja nyt rahaa on säästössä sen verran, että he ovat suunnitelleet matkaa. Henkilö C kertoi asiasta innostuneesti. Hänen kehonkielensä oli vapautunutta ja hän elehti paljon, joka kertoi meille siitä, että hän koki ryhmän turvalliseksi ja tutummaksi.

Seuraavaksi kävimme läpi valokuvaamisen tapoja ja erilaisia keinoja vaikuttaa kuvan kertomaan tarinaan, kuten kuvakulma, kuvakoko ja kuvan rajaus. Havainnollistimme asiaa kuvin ja esimerkein sekä osallistimme ryhmää pyytämällä heitä kertomaan, mitä kuvissa näkyi. Ryhmän jäsenet saivat mukaansa lyhyet kirjalliset ohjeet kuvan sommittelusta, tehtävienannoista sekä kertakäyttökamerat. Kävimme yhdessä läpi kameroiden käyttöä ja varmistimme, että kamerat toimivat. Ryhmän jäsenet ottivat ensimmäisen kuvan itsestään, jotta teetettäessä tiedämme kenelle kuvat kuuluvat. Henkilö C ja D vaikuttivat innostuneilta ja keskustelu kuvan sommittelusta sai heidät ajattelemaan jo sitä, minkälaisia kuvia he voisivat ottaa.

Jätimme A-klinikalle kamerat ja kirjalliset ohjeet henkilöille A ja B siltä varalta, että he haluavat osallistua valokuvaustehtävän tekemiseen ja ryhmän viimeiselle tapaamiselle. Pyysimme henkilökuntaa ilmoittamaan meille jos henkilöt A ja B hakisivat kamerat.

Päivää ennen ennalta sovittua kameroiden palautuspäivää A-klinikan henkilökunta ilmoitti meille, että henkilö A oli hakenut itselleen kameran ja jättämämme ohjeistuksen valokuvaustehtävää varten. Henkilö A oli sanonut voivansa palauttaa kameran vasta sovitun palautuspäivän jälkeen. Päätimme siirtää kameroiden palautuspäivää seuraavalla viikolle, niin että myös henkilö A ehtisi ottaa kuvat ja palauttaa kameransa.

5.3 Kolmas tapaaminen

Tapaamiseen saapuivat henkilö A ja henkilö C. Henkilö D osallistui toiseen tapaamiseen mutta ei palauttanut kameraa määräaikaan mennessä eikä halunnut tulla viimeiseen tapaamiseen. Henkilöt A ja C palauttivat kameransa ja teetimme kuvat viimeistä tapaamista varten. Emme avanneet kuvakuoria etukäteen. Tapaamisen alkaessa ryhmäläiset olivat jännittyneitä ja innostuneita. Henkilö C alkoi heti kertoa omien kuviensa aiheita. Henkilö A jännitti lähinnä sitä, olivatko kuvat onnistuneet.

Henkilö C avasi ensimmäisenä kuvakuorensa ja pyysimme häntä levittämään kuvansa pöydälle kaikkien ryhmäläisten nähtäväksi. Kameran filmistä vain muutama kuva oli ollut huonosti valottunut, onnistuneita oli yli 20. Hän alkoi välittömästi kuvat nähtyään kertoa ideastaan, joka hänellä oli ollut kuvatessaan. Hän oli ottanut kuvia itselleen tärkeiden henkilöiden käsistä. Kuvattavat henkilöt eivät tienneet, mihin tarkoitukseen kuvia otettiin eikä sitä, miksi hän oli valinnut heidät kuvattavaksi. Tapaamisella hän kertoi, että oli ajatellut kertovansa henkilöille nyt jälkikäteen, miksi hän oli halunnut kuvata juuri heitä.



Kuva 1. Kuvakollaasi, Tärkeitä kädet

Henkilö C oli kuljettanut kameraa mukanaan koko viikon ajan ja ottanut kuvia tasaisesti koko ajan. Hänellä oli ollut idea kuvata ihmisten käsiä, mutta hän ei ollut etukäteen pohtinut ketä kuvaisi. Kuvissa esiintyi läheisiä ystäviä mutta oma poika ei ollut halunnut tulla kuvatuksi. Osa ihmisistä oli kieltäytynyt muun muassa siitä syystä, etteivät halunneet tulla tunnistetuksi käsistään. Osa oli sanonut häpeävänsä käsiään, eivätkä siitä syystä halunneet osallistua. Henkilö C totesi tapaamisessa, että oli unohtanut kysyä puolisoltaan, olisiko hän halunnut tulla kuviin. Puolison kuvan puuttuminen harmitti henkilö C:tä.

Kysyttäessä mistä kuvasta hän itse piti eniten, hän valitsi kuvan, jossa näkyi neljän ihmisen kädet. (Kuva 2.) Hän valitsi kuvan, koska kuvan henkilöt ovat hänelle läheisiä. Henkilö C kertoi, että kaveriporukka on tutustunut toisiinsa NA-ryhmässä, mutta koska he eivät olleet täysin päihteettömiä, he olivat alkaneet tapaila omalla porukalla. Kaveriporukka tapaa toisiaan edelleen säännöllisesti.



Kuva 2. Kaveriporukan kädet

Henkilö C kertoi, että valokuvaustehtävä oli tuntunut aluksi haastavalta mutta aiheen löytymisen jälkeen hän oli nauttinut tehtävän tekemisestä. Kuvaaminen oli ollut hänen mielestään hauskaa.

Kuvaustehtävien tekeminen oli henkilö C:n mielestä tuntunut henkilökohtaiselta, vaikka kuvien kohteena olivat kädet, eivätkä kasvot. Hän olisi toivonut, että hänellä olisi ollut enemmän aikaa ottaa kuvia. Hän mainitsi myös, että oli ollut hyvä, että kuvat otettiin kertakäyttökameralla digikameran tai puhelimen kameran sijaan. Hän olisi mielestään ollut kriittisempi, jos olisi nähnyt kuvat etukäteen.



Kuva 3.

Henkilö C oli innostunut katselemaan ottamiaan kuvia ja kertomaan niistä ryhmäläisille. Hän oli aktiivinen ja oli heittäytynyt tehtävien tekemiseen. Hänen mielestään osallistuminen valokuvaus-työpajaan oli ollut todella hauskaa. Hänen mielestään valokuvaus-työpajassa oppi uusia asioita kuvaamisesta ja hän toivoikin lisää tällaista toimintaa.

Henkilö A suhtautui ennakolta epäröivästi omien kuviensa onnistumiseen ja kertoi heti tapaamisen alussa, että oli ottanut kaikki kuvat kahden päivän aikana. Samoin kuin henkilö C, henkilö A:kin asetti kaikki kuvansa ryhmäläisten nähtäväksi. Hänellä oli kuvissa viisi hänelle tärkeää teemaa.



Kuva 4. Kuvakollaasi tärkeistä asioista

Hän oli pyytänyt puolisoaan ottamaan kuvan hänestä, kun hän lukee. Puoliso oli ottanut useamman kuvan hänestä lukemassa ja nukkumassa kirja vierellään. Henkilö A kertoi, että lukeminen on hänelle tärkeä voimaa tuottava asia. Tällä hetkellä häntä huoletti näkönsä heikkeneminen, se vaikeutti merkittävästi hänen lukuharrastustaan.

Toinen hänen valitsemansa teema oli luonto. Hän oli ottanut useamman kuvan luonnossa. Myös puoliso oli ottanut hänestä kaksi kuvaa metsässä.



Kuva 5. Syksyinen metsä

Kolmas teema oli meditointi. Hänen puolisonsa oli ottanut kuvia hänestä meditoimassa. Hän oli pyytänyt puolisoaan kuvaamaan häntä meditoimassa, koska se on hänelle voimaa tuottava asia, eikä hän voinut kuvata itse itseään. Neljäs voimaa tuottava teema oli puoliso, josta henkilö A oli ottanut muutaman kuvan eri kuvakulmista.

Viides teema oli tulevaisuuden haaveisiin liittyvä kuva. Henkilö A oli asetellut kuvan taustan, puisen ristin ja ristin eteen paperia, puuta ja kiveä peräkkäin. Symboliikka asetelman takana oli henkilö A:n mukaan hänen toiveensa vahvistaa uskoaan. Hän kertoi olevansa kiinnostunut hengellisistä asioista ja saaneensa uskosta voimaa aikaisemmin.

Hän kertoi vieraantuneensa hengellisestä yhteisöstään, koska ei ollut halunnut virallista kastetta. Kuvan kautta hän kuitenkin muistutti itseään siitä, että haluaisi tulevaisuudessa olla aktiivisempi ja vahvistaa hengellisyyttään.



Kuva 6. Usko tulevaisuuteen

Henkilö A oli selvästi miettinyt kuviensa teemoja huolella. Hän oli nähnyt vaivaa sommittelun ja kuvakulmien suhteen. Kun kysyimme, mikä kuvista oli hänen mielestään parhaiten onnistunut, hän valitsi kuvan syksyisestä metsästä. Henkilö A kertoi kokeneensa valokuvaustehtävän tekemisen mukavaksi. Henkilö A:n mukaan onnistuimme ohjaajina hyvin, eikä hän nimennyt mitään kehitettävää työpajan toteuttamisessa. ”Ensin oli vaikeaa ainakin tulevaisuuden haaveita, mutta sitten alkoi aueta ideoita.” Henkilö A

Pyysimme tapaamisen lopuksi osallistujia täyttämään lyhyen palautelomakkeen, jossa kysyttiin; Mitä pidit työpajasta? Miltä valokuvaustehtävien tekeminen tuntui? Mitä kehitettävää työpajan toteuttamisessa sinun mielestäsi olisi? Kuinka mielestäsi onnistuimme ohjaajina? (LIITE 3.)

6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyömme suunnitteluvaiheessa teimme A-klinikan kanssa sopimuksen opinnäytetyön tekemisestä. A-klinikka lupasi tilat meidän käyttöömme ja apua ryhmän jäsenten valinnassa. Koimme, että A-klinikan henkilökunnan oli ryhmätoiminnan onnistumisen kannalta parempi päättää se, ketkä ryhmän osallistuisivat. Henkilökunta tiesi missä kuntoutumisen vaiheessa kukin osallistuja on ja heidän osallistuminen ryhmätoimintaan voisi onnistua. Meillä ei ollut oikeuksia tutustua A-klinikan asiakkaiden potilastietoihin, joiden perusteella olisimme valintaa voineet tehdä. Asiakastietojen salassapito tuki myös opinnäytetyömme eettisyyttä. Saimme tutustua ryhmän jäseniin ilman ennakko-odotuksia ja tietoja siitä, kuinka heidän asiakassuhteensa korvaushoidon kanssa sujuu. Sovimme A-klinikan henkilökunnan kanssa myös, että emme jakaisi tietoja ryhmässä puhutuista asioista heidän kanssaan. Tämä oli tärkeä tieto myös valokuvaus-ryhmän jäsenille.

Päätimme jättää mainitsematta opinnäytetyössämme, missä A-klinikan yksikössä työpajan toteutimme, jotta ryhmään osallistujien tunnistaminen ei olisi mahdollista. Kuulan (2006, 15) ohjeiden mukaan tieteellinen tutkimus tuottaa täsmällistä ja korkealaatuista tietoa olennaisista kysymyksistä, sen tekeminen ei kuitenkaan saa loukata tutkittavien ihmisten yksityisyyden suojaa. Esimerkiksi sosiologien tutkimuseettisissä ohjeissa korostetaan sekä tutkimusaineistojen arkistointia ja tarjoamista muiden käyttöön, että periaatetta huolehtia tietosuojasta, tutkimusaineistojen luottamuksellisuudesta ja tutkittavien yksityisyydestä.

Pyysimme ryhmän osallistujilta kirjallisen luvan käyttää opinnäytetyössämme työpajassa esille tulleita asioita ja julkaista heidän ottamiaan kuvia osana opinnäytetyötämme. Painotimme lupaa kysyessämme, että osallistujien henkilötietoja ei julkaista. Kirjallisessa luvassa tuli esille myös, että aineisto tulee vain meidän käyttöömme ja että meitä sitoo salassapitovelvollisuus. (LIITE 1.) Osallistujat saivat otetut kuvat ja negatiivit itselleen työpajan jälkeen.

Henkilötietolaissa henkilötiedoilla tarkoitetaan henkilön ominaisuuksia tai elinolosuhteita kuvaavia merkintöjä, jotka voidaan tunnistaa häntä koskeviksi. Lainsäädännöllisesti on merkittävintä, voiko yksittäistä henkilöä tunnistaa tiedoista helposti ja kohtuuttomitta kustannuksitta. (Kuula 2006, 81.)

Tekstissä puhumme osallistujista nimien sijaan henkilöinä A, B, C ja D. Sovimme ensimmäisellä tapaamiskerralla osallistujien kanssa, että ryhmässä puhutut asiat kerrotaan luottamuksellisesti. Lisäkysymyksiä voidaan kysyä, mutta niihin ei ole pakko vastata jos vastaaminen tuntuu epämukavalta.

Toiminnallinenkin opinnäytetyö tulee toteuttaa luotettavan tietoperustan ja viitekehyksen pohjalle. Opinnäytetyön tavoitteet ja toteutustapa sekä niitä edeltävät valinnat tulee esittää selkeästi ja argumentoiden. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 154, 157.) Lähdekritiikkiä toteutimme arvioimalla tiedonlähteen auktoriteettia ja tunnettuutta sekä käyttämällä uusimpia lähteitä. Lähdeviitteet merkitsimme täsmällisesti. Oheiskirjallisuutta käytimme opinnäytetyön alkuvaiheessa hakiessamme lisää tietoa muun muassa päihde- ja huume kuntoutuksesta sekä muista taideterapiamuodoista.

Valokuvaus -työpajan tapaamisten sisältöjen tarkka kuvaaminen lisää opinnäytetyön luotettavuutta. Osallistujien ottamat kuvat opinnäytetyössä ovat ryhmätapaamisten sisällön dokumentointia.

Tieteellisen kirjoittamisen pelisääntöihin kuuluu, että kirjoittaja antaa tunnustuksen muille tutkijoille selostamalla ja arvioimalla aiemmin tehtyjä tutkimuksia. Samalla valmistetaan tietä omalle tutkimukselle. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 349.)

7 POHDINTA

7.1 Suunnitteluvaiheen arviointi

Opinnäytetyömme suunnitteluvaihe alkoi teorioihin tutustumisella, jonka jälkeen rajasimme teoreettisen viitekehyksen lopulliseen muotoonsa. Koimme viitekehyksen rajaamisen selkeäksi, koska terapeutin valokuvaus ja voimauttava valokuvaus ovat tämän aihealueen vallitsevat toimintamenetelmät. Voimauttava valokuvaus on tuore kotimainen menetelmä, josta löytyy vain vähän kirjallisuutta. Menetelmä on huomioitu myös kansainvälisesti, mutta siitä on hyvin vähän teollisia julkaisuja.

Valitsimme tiedonkeruutavaksi havainnoinnin. Vilka (2006, 35) kuvailee havainnoimista niin, että tutkija antautuu vuorovaikutukseen tutkittavan kanssa ja elää ja näkee yhdessä samat asiat. Näin tutkittavista paljastuu hiljaista tietoa jota löytyy vaan vuorovaikutuksen kautta.

Asiaan uppoutuminen on tärkeä jotta havainnointi onnistuu. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkija pystyy eläytymään tutkimuskohteensa toimintaan ja laittamaan syrjään oman arvomaailman ja kulttuurinsa. (Vilka 2006, 76.)

Perehdyimme tavoitteellisen ryhmätoiminnan rakenteeseen, jossa toiminta on jaettu neljään vaiheeseen. Vaiheet ovat toimintaan virittäytyminen, toiminta, tunneilmaisu eli jakaminen ja loppukeskustelu. Tätä mallia sovelsimme opinnäytetyömme toiminnan suunnittelussa. (Kopakkala 2005, 184–185.) Jaoimme teemat kolmelle tapaamiskerralle niin, että kaikki neljä vaihetta toteutuvat.

Lisäksi perehdyimme voimauttavan valokuvauksen menetelmään sekä valokuvaterapiaan. Tulimme siihen tulokseen, että koska meiltä puuttuu tarvittava ammattitaito, emme voi käyttää pelkästään voimauttavan valokuvauksen menetelmää opinnäytetyössämme. Yhdistämme opinnäytetyössämme voimauttavan valokuvauksen menetelmää sekä terapeutin valokuvauksen keinoja.

A-klinikalle etukäteen toimittamassamme mainoksessa valokuvaus-työpajasta pyysimme osallistujia tuomaan mukanaan muutaman valokuvan, jotka kertoivat jotain heistä itsestään. (LIITE 2.) Ensimmäisellä tapaamisella keskustelimme heidän tuomistaan kuvista ja tutustuimme. Ryhmänohjaajina roolimme oli osallistuva ja koska haluamme luoda luottamuksellisen ilmapiirin, toimimme myös itse esittelykuvat ensimmäiseen tapaamiseen.

Toisella tapaamisella teimme kuvatehtävän, jossa osallistujat valitsivat pöydälle asetetuista kuvista sen, joka kuvastaisi omia tuntemuksia sillä hetkellä. Tarkoituksena oli antaa osallistujille esimerkkejä erilaisista tavoista nähdä asioita. Tapaamisen lopuksi jaoimme osallistujille kertakäyttökamerat ja ohjeistimme heitä valokuvaustehtävien suorittamiseen suullisesti ja kirjallisesti. Osallistujat ottivat itsenäisesti viikon aikana kuvia kahdesta aiheesta; mistä saan voimaa ja tulevaisuuden haaveeni. Käytimme kertakäyttökameroita siksi, etteivät osallistujat olisi otettujen kuvien suhteen liian itsekriittisiä, vaan kuvia päästäisiin katsomaan vasta yhteisellä tapaamisella. Kolmas tapaamiskerta oli varattu kuvien katselua ja niistä keskustelua varten. Lopuksi keräsimme palautetta osallistujilta opinnäytetyötämme varten.

Suunnitelman rakenne muodostui mielestämme vaivattomasti. Esittelimme suunnitelmamme opinnäytetyöseminaarissa ja meille ehdotettiin, että toteuttaisimme valokuvaus-työpajamme digitaalikameroilla kertakäyttökameroiden sijaan. Pohdimme saamaamme ehdotusta mutta päädyimme käyttämään kertakäyttökameroita. A-klinikan yhteyshenkilö hyväksyi suunnitelmamme. Sovimme tapaamisen A-klinikalle, jolloin allekirjoitimme sopimuksen opinnäytetyön tekemisestä, tutustuimme tiloihin ja teimme toteutusaikataulun työpajoille. A-klinikan henkilökunta lupasi huolehtia osallistujien valinnasta ja tiedotuksesta. Sovimme, että tarvittaessa osallistujat voisivat olla meihin yhteydessä A-klinikan kautta. Yhteistyö A-klinikan kanssa sujui hyvässä yhteisymmärryksessä.

7.2 Toteutusvaiheen arviointi

Ensimmäisen tapaamisen jälkeen olimme tyytyväisiä siihen, kuinka hyvin meidät otettiin vastaan ja miten saimme keskustelun alkamaan. Kokemuksemme mukaan ryhmäytymistä tapahtui ja ryhmänjäsenet antoivat toisilleen luontevasti vertaistukea. Yhdistäviksi teemoiksi nousivat muun muassa parisuhteiden vaikutus naisten elämän kulkuun, se että kaikilla oli mukanaan kuvia joissa oli muita henkilöitä ja se, että kukaan ei tuonut mukanaan kuvaa joka liittyisi suoraan huumeiden käyttämiseen.

Kaikkien ryhmän jäsenten kuvissa esiintyi heille tärkeitä ihmisiä tai lemmikkejä. Kaikille yhteinen kokemus oli myös se, ettei heillä ollut naispuolisia ystäviä. Meille välittyi vaikutelma, että naisten vertaistukitoiminnalle on tarvetta.

Ohjasimme keskustelua välillä täsmentävillä kysymyksillä ja palautimme keskustelua takaisin kuvaan. Meille välittyi kokemus, että ryhmän jäsenet pitivät tavasta keskustella valokuvien kautta. Keskustelu oli luontevaa ja tunnelma oli rento. Pyysimme tapaamisen lopuksi ryhmän jäseniltä suullista palautetta tapaamisesta ja he olivat yksimielisesti sitä mieltä, että tapaaminen oli onnistunut.

Henkilö C kertoi toivomuksistaan tapaamisten sisällön suhteen ja ne olivat meidän suunnitelmaamme mukailevia. Hän kertoi haluavansa ensi tapaamisella saamallaan kertakäyttökameralla kuvata omaa arkeaan ja sitä miten toivoisi asioiden joku päivä olevan. Ryhmän jäsenten antama palaute antoi meille vaikutelman siitä, että olimme saavuttaneet omat tavoitteemme ensimmäiselle tapaamiselle ja, että tapaaminen oli antanut ryhmän jäsenille sen, mitä olimme toivoneet.

Lehikoinen (2012, 63) kuvaa oman opinnäytetyönsä tuloksia niin, että voimauttava valokuvaus -työpajaan osallistuneet miehet olivat olleet osallistuvia, heillä oli ollut ideoita ja ajatuksia siitä, miten valokuvatyöskentelyä voisi toteuttaa ja kehittää. Osallistuneille miehille prosessiin osallistuminen oli ollut itsessään arvokasta. He olivat kuvanneet osallistumisesta alkaneita muutosprosesseja. Asiakasyhteisön palaute oli ollut, että voimauttava valokuvatyöskentely on toimiva menetelmä heidän vanhemmuutensa kehittymisen tukena.

Opinnäytetyömme tulokset mukailivat Lehikoisen (2012, 63) saamia tuloksia. Opinnäytetyömme valokuvaus-työpajaan osallistuneet henkilöt olivat motivoituneita ja osallistuivat aktiivisesti ryhmän toimintaan. Osallistujat esittivät ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen toiveita työpajan sisällöstä, jotka mukailivat jo olemassa olevaa suunnitelmaamme.

Toisen tapaamisen tunnelma oli hyvä. Pohdimme etukäteen, että olisimme voineet rajata henkilö D:n ryhmään osallistumista, koska hän ei päässyt ensimmäiseen tapaamiseen paikalle, koska ryhmään tulevat uudet jäsenet voivat haitata ryhmäytymistä ja turvallisuuden tunnetta. Henkilö C otti kuitenkin uuden ryhmäläisen hyvin vastaan ja teimme harjoitustehtävän muun muassa siksi, jotta syntyi luonnollista vuorovaikutusta. Pohdimme tapaamisen jälkeen, miksi henkilöt A ja B jättäytyivät pois ryhmästä. Mietimme, mitä olisimme voineet tehdä toisin ja tulimme siihen tulokseen, että henkilö B:n kohdalla olisimme voineet käsitellä enemmän hänen mukanaan tuomaa kuvaa ja siihen liittyviä tunteita. Hän oli ryhmän hiljaisin ja meille jäi sellainen vaikutelma, että hän ei ehkä saanut ääntään tarpeeksi kuuluviin.

Kokonaisuutena olemme yllättyneitä siitä, kuinka hyvin ryhmän jäsenet osallistuiivat ryhmän toimintaan. Palautetta kysyessämme osallistujat vastasivat, että tällaista toimintaa pitäisi olla enemmänkin.

Viimeinen tapaaminen oli alussa hieman jännittynyt, koska osallistujat odottivat innokkaasti kuvien näkemistä. Kuviin liittyvästä jännityksestä huolimatta tunnelma oli välitön ja iloinen. Koimme, että ryhmän jäsenten välillä oli tapahtunut ryhmäytymistä. He olivat jakaneet kokemuksiaan kuvaustehtävän tekemisestä jo kuvaustehtävän aikana. Havainnoimme, että osallistujat keskustelivat vapautuneesti omista henkilökohtaisista asioistaan ryhmässä.

Henkilö C harmitteli, että henkilöt B ja D eivät omista henkilökohtaista syistään tehneet valokuvaustehtäviä ja päässeet mukaan ryhmään. Meille ohjaajille tuli vaikutelma, että olimme onnistuneet luomaan luottamuksellisen ilmapiirin, joka tuki yhdessä tekemistä ja helpotti asioista puhumista.

Pakkala ja Lintula (2010, 53) kertovat oman opinnäytetyönsä tuloksista niin, että ensimmäisten osallistujien innokkuuden myötä tekijöitä olikin tullut useita. Pienen pohdinnan jälkeen luovuus oli päässyt valloilleen niilläkin naisilla, jotka alkuun olivat epäröineet taitojaan. Erityisen positiivista oli ollut naisten keskinäinen hyvä tunnelma, kannustava ja ihaileva asenne toisten tekemisiin.

Havainnoimme, että myös opinnäytetyömme valokuvaus-työpajan osallistujat innostuivat valokuvaustehtävistä ja olivat luovia, samoin kuin Pakkalan ja Lintulan (2010) opinnäytetyöhön osallistuneet henkilöt olivat olleet.

Kiinnitimme huomiota siihen, että ryhmän jäsenet olivat ajatelleet tehtävänantoja paljon ja tehtävien toteutustavat olivat onnistuneita. Molemmat kameransa palauttaneista olivat nähneet vaivaa miettiessään kuviensa sisältöjä. Pyysimme osallistujia ottamaan kuvia kahdesta eri aihepiiristä, mutta toinen osallistujista oli päättänyt ottaa kuvia vain toisesta teemasta. Hän käsitteli kuvissaan sitä, mistä hän saa voimaa, ei tulevaisuuden haaveitaan.

7.3 Opinnäytetyön yhteenveto

Opinnäytetyön tavoitteena oli löytää valokuvaus-työpajaan osallistujille mielenkiintoista tekemistä, joka toisi uudenlaisia näkökulmia kuntoutumiseen. Halusimme tutustuttaa osallistujat toisiinsa, jotta he voisivat tarjota toisilleen vertaistukea ja samalla oppia käsittelemään omaa kuntoutumistaan yhdessä. Tavoitteena oli käyttää valokuvausta apuna siinä, kuinka kuntoutuja näkee itsensä ja auttaa osallistujia löytämään uusia voimavaroja vahvuuksistaan.

Koimme työpajan suunnittelun ja toteutuksen onnistuneen hyvin. Tekeminen oli mielekästä ja ryhmä oli innostunut tekemiseen. Emme osallistuneet ryhmään osallistuneiden henkilöiden valintaan, ja koimme että tämä oli hyvä järjestely. Luotimme ammattilaisten näkemykseen siitä, ketkä ovat samassa kuntoutumisen vaiheessa. Saimme A-klinikan henkilökunnalta suullisesti palautetta valokuvaus-työpajan onnistumisesta sekä valmiista opinnäytetyöstämme. Palaute oli positiivista ja tekemäämme toimintaa pidettiin hyvin suunniteltuna ja tarpeellisena. Henkilökunta piti opinnäytetyötämme onnistuneena.

Opinnäytetyön tavoitteet toteutuivat suunnitelmien mukaan. Osallistujat tarjosivat toisilleen vertaistukea ja samalla ryhmäytyivät yhteisten kokemusten kautta. Kuntoutuminen oli opinnäytetyömme valokuvaus-työpajaan osallistuneille ajatuksena vieras. He eivät itse kokeneet valokuvaus-työpajaan osallistumista kuntouttavana toimintana. Tämä kävi ilmi siitä tavasta, jolla osallistujat puhuivat kuntoutumisen olevan osa tulevaisuuden haaveita, mutta ei osa tämänhetkistä elämän tilannetta. Omien havaintojemme ja käyttämiemme lähteiden mukaan uuden oppiminen edesauttaa kuntoutumista, vaikka sen tuloksia ei voida välittömästi havaita.

Koimme, että opinnäytetyön valokuvaus-työpajaan osallistuneet reagoivat innostuneesti omien töidensä tuloksiin ja tulkitsimme tämän innostuksen yhdeksi voimaantumisen merkiksi. Oman elämänsä kulun ja siihen liittyvien myönteisten asioiden pohtiminen voi tuottaa voimauttavia tunteita pitkällä aikavälillä.

Näitä vaikutuksia meidän oli kuitenkin mahdotonta havainnoida, koska opinnäytetyömme valokuvaus-työpaja kokoontui vain kolme kertaa lyhyellä aikavälillä. Vastaavanlaisissa työpajoissa voisi olla hyödyllistä järjestää neljäs tapaamiskerta esimerkiksi kuukauden kuluttua työpajan päättymisen jälkeen. Neljännellä tapaamiskerralla voisi havainnoida osallistujien voimaantumista ja motivoitumista kuntoutumiseen.

Ryhmän sisäisiä suhteita on vaikea ennustaa etukäteen ja onneksi ryhmän jäsenet tulivat hyvin juttuun toistensa kanssa. Henkilöillä oli paljon yhteisiä kokemuksia ja paljon samoja tuttavuuksia. Havaintojemme mukaan vuorovaikutus ryhmän jäsenten välillä oli kuitenkin luontevaa vaikka he tiesivät toisensa ennen työpajan alkua. Osallistuvat puhuivat ryhmässä jatkavansa mahdollisesti yhdessä tekemistä esimerkiksi joogan merkeissä. Ohjaajina olimme ilahtuneita huomatesamme ryhmäytymistä tapahtuneen.

Ryhmän koko olisi voinut olla hieman suurempi ja ryhmän muotoutumisen kannalta olisi ollut parempi, jos kokoonpano olisi pysynyt samana kaikkina tapaamiskertoina. Nämä olivat kuitenkin sellaisia tekijöitä joihin me emme voineet vaikuttaa.

Tavoitteena oli löytää osallistujille mielenkiintoista tekemistä, joka toisi uudenlaisia näkökulmia kuntoutumiseen. Halusimme tutustuttaa osallistujat toisiinsa, jotta he voisivat tarjota toisilleen vertaistukea ja samalla oppia käsittelemään omaa kuntoutumistaan yhdessä. Tavoitteena oli käyttää valokuvausta apuna siinä, kuinka kuntoutuja näkee itsensä ja auttaa osallistujia löytämään uusia voimavaroja omista vahvuuksistaan. Nämä tavoitteet toteutuivat valokuvaus-työpajan avulla hyvin ja osallistujat toivoivatkin lisää samanlaista toimintaa kuntoutumisen tueksi.

LÄHTEET

- A-klinikkasäätiö 2016. Hoito-ohjelmia. Viitattu 26.4.2016. <http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaatio>.
- Fabritius, Carola; Seppänen-Leiman, Tuula; Ahokas, Hanna; Kanerva, Hannele & Koski-Jännes, Anja 2005. Opiaattiriippuvuuden korvaushoidon käsikirja. PÄLY ja A-Klinikkasäätiö.
- Farris Kurtz, Linda 2015. Recovery groups. A guide to creating, leading and working with groups for addictions and mental health conditions. Oxford University press 2015.
- Halkola, Ulla 2009. Mitä valokuvaterapia on?. Teoksessa Ulla Halkola, Lauri Mannermaa, Tarja Koffert & Leena Koulu (toim.). Valokuvan terapeutinen voima. Helsinki: Duodecim, 13–19.
- Halkola, Ulla 2009b. Valokuvaterapian teoreettisia perusteita hahmottamassa. Teoksessa Ulla Halkola, Lauri Mannermaa, Tarja Koffert & Leena Koulu 2009. Valokuvan terapeutinen voima. Helsinki: Duodecim, 49–73.
- Halkola, Ulla 2012. Valokuvaterapia. Teoksessa Matti O. Huttunen & Hely Kalska (toim.) Psykoterapiat. Helsinki: Duodecim, 311–314.
- Halonen, S. 2007. Tää on mun kuva! Hämeen ammattikorkeakoulu. Ohjaustoiminnan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko; Sajavaara, Paula 1997. Tutki ja kirjoita. Kustannusosakeyhtiö Helsinki: Tammi.
- Iija, Aulikki 2009. Voimaantumisen kehityshaasteena. Teoksessa Kirsi Hentinen, Aulikki Iija, Eija Mattila (toim.) Kuuntele minua - mielenterveys-työn käytännön menetelmiä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 105–119.
- Järvikoski, Aila; Härkäpää, Kristiina 2011. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: Wsoypro Oy.

- Kanerva, Anne; Kuhanen, Carita; Oittinen, Pirkko & Schubert, Carla 2013. Lähestymistapoja mielenterveyshoitotyöhön. Teoksessa Carita Kuhanen, Pirkko Oittinen, Anne Kanerva, Tarja Seuri & Carla Schubert (toim.) Mielenterveyshoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy, 93–151.
- Kangasniemi, Mari; Mynttinen, Mari; Rytönen, Minna & Pietilä, Anna-Maija 2015. Vertaistuki terveyden edistämisessä – pikkulapsiperheiden äitien näkökulma. Tutkiva hoitotyö Vol. 13 (3), 2015, 15–18.
- Kopakkala, Aku 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita.
- Koskisu, Jari 2004. Eri teitä perille. Mitä mielenterveyskuntoutus on? Helsinki: Edita Publishing.
- Kuronen, Marjo 2004. Valtaistumista ja voimavaraistumista – feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Teoksessa Sukupuoli ja sosiaalityö. Marjo Kuronen, Riitta Granfelt, Leo Nyqvist & Päivi Petrelius (toim.) Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kuula, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Kyngäs, Helvi; Kääriäinen, Maria; Poskiparta, Marita; Johansson, Kirsi; Hivonen, Eila; Renfors, Timo 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. Helsinki: WSOY.
- Laine, Kaarina 2005. Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Lehikoinen, Jonna 2012. Viina, veto vai vekara? Voimauttava valokuva päihderiippuvaisen miehen isyyden tukena. YAMK-opinnäytetyö, Diak 2012.
- Mannermaa, Lauri 2000. Uusia tapoja katsoa ja tuntea, nähdä ja oivaltaa. Teoksessa Mieli ja Taide. Tuula Heikkilä, Leena Paloheimo & Ilkka Taipale (toim.) Vantaa: Mielenterveyden keskusliitto 61–74.
- Mannström-Mäkelä, Leena & Saukkola, Kirsi 2008. Voimaannuttavan ohjaamisen käsikirja. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press.
- Niemelä, Sonja 2008. Nuorten päihdeongelmien ehkäisy ja hoito. Teoksessa Irti päihdeongelmista. Tuukka Tammi, Mauri Aalto & Anja Koski-Jännes. (toim.) Helsinki: Edita.

- Pakkala, Outi & Lintunen, Satu 2010. Naisten kesken. Voimaannuttava ryhmätoiminta päihteitä käyttävien naisten asumisyksikössä. Diakonia-ammattikorkeakoulu opinnäytetyö 2010.
- Savolainen, Miina 2016. Voimauttava valokuva. Viitattu 30.8.2016.
<http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>.
- Stock Whitaker, Dorothy 2001. Using groups to help people. Routledge. 2001.
- Suokas, Mia; Liias, Tomi-Pekka & Salo-Chydenius, Sisko 2008. Toimimalla toimuminen – ihminen oman kuntoutumisen tekijänä. Teoksessa Marjaliisa Havio, Marja Inkinen & Airi Partanen (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 136–139.
- Tourunen, Jouni & Pitkänen, Tuuli 2010. Opioidiriippuvaisten korvaushoito ja syrjäytymisen ehkäisy. Teoksessa Terhi Laine, Susanna Hyväri & Päivi Vuokila-Oikkonen (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi, 147–168.
- Vilkka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Kustannusosakeyhtiö Helsinki: Tammi.
- Vilkka, Hanna 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Liite 1. Suostumuskirje

SUOSTUMUS OPINNÄYTETYÖHÖN OSALLISTUMISEEN

Opiskelemme Diakonia-ammattikorkeakoulussa terveydenhoitajiksi. Osana opinnäytetyötämme järjestämme A-klinikalla valokuvaustyöpajan, joka kokoontuu kolme kertaa syksyn 2016 aikana.

Laadimme valokuvaustyöpajasta opinnäytetyöhömme kirjallisen raportin, jossa kuvaamme tapaamisten ja valokuva-työskentelyn kulkua. Raporttiin kirjataan myös tapaamisilla esiin nousseita osallistujien kokemuksia. Osallistujat ovat kirjallisessa raportissa anonyymejä eli henkilötiedot jäävät vain meidän tietoomme ja meitä sitoo salassapitovelvollisuus. Mitään luottamuksellista tietoa ei julkaista raportissa. Raporttiin tullaan liittämään joitain valokuvia, joiden käytöstä sovi-
taan yksityiskohtaisesti kanssasi. Kuvien valinnassa kiinnitetään huomiota yksityisyyden vaalimiseen. Halutessasi voit kieltäytyä kuvien käyttämisestä. Valokuvaustyöpajan viimeisellä tapaamisella pyydämme osallistujilta palautetta työpajasta.

Opinnäytetyö valmistuu keväällä 2017 ja on luettavissa osoitteessa www.theseus.fi -ammattikorkeakoulujen opinnäytetyöt ja julkaisut verkossa.

Suostun siihen, että valokuvaustyöpajan kulkua ja tapaamisilla esiin nousseita asioita ja kokemuksia julkaistaan opinnäytetyöraportissa nimettömänä.

Paikka ja aika

Allekirjoitus

Nimenselvennys

Liite 2. Kutsukirje

Valokuvaus -työpaja

Tervetuloa mukaan valokuvaus -työpajaan, jossa opetellaan ottamaan valokuvia erilaisista näkökulmista ja tutkimaan kuvien sisältöjä yhdessä. Tapaamiskertoja on kolme ja toivomme, että sitoudut tulemaan jokaiseen tapaamiseen. Työpajat järjestetään A-klinikalla kolmena torstaina ja tapaamiset kestävät n. 2 tuntia kerrallaan. Et tarvitse välineitä, sillä otamme kuvia kertakäyttökameroilla.

Ensimmäinen tapaaminen on torstaina 6.10 klo 11.00.

Tuo mukanasasi kuva/kuvia jotka kertovat jotain sinusta. Aihe voi olla esim. asia josta pidät, harrastus tai kuva sinusta. Kuva voi olla kännykässä, muistitikulla tai paperilla.

Toinen tapaaminen on torstaina 13.10 klo 11.00.

Puhutaan valokuvauksesta ja käydään läpi erilaisia tapoja nähdä kuvattava kohde. Saat ohjeet itsenäisten valokuvaustehtävien suorittamiseen ja kameran mukaasi.

Kamera palautetaan A-klinikalle viimeistään torstaina 20.10.

Kolmas tapaaminen on torstaina 27.10 klo 11.00.

Kuvien katselua ja niistä juttelua.

Nähdään pian!

Johanna ja Jaana

Liite 3. Palautekysely

PALAUTEKYSELY Valokuvaus -työpaja 6.10., 13.10., 27.10.2016

Mitä pidit työpajasta?

Miltä valokuvaustehtävien tekeminen tuntui?

Mitä kehitettävää työpajan toteuttamisessa sinun mielestäsi olisi?

Kuinka mielestäsi onnistuimme ohjaajina?

Kiitos palautteestasi!